# *गुरुमाई चिद्विलासानंद यांच्या शिकवणी*

## वैभवशाली बना

*गुढीपाडव्याप्रीत्यर्थ सत्संग*
*मंगळवार, २४ मार्च, २०२०*

*भगवान नित्यानंद मंदिर*

शुभ गुढीपाडवा! शुभ गुढीपाडवा! आणि शुभ गुढीपाडवा!

हा एक फारच सुंदर समय आहे. आपण सगळे पुन्हा मूलभूत गोष्टींकडे वळत आहोत—मूळचा आदर, मूळचे प्रेम, मूळची काळजी. मूलभूत गोष्टी. कोणतीही धामधूम नाही. आता आपल्याला कळते आहे की, आपले लक्ष विचलित करणाऱ्या अतिरिक्त गोष्टी जेव्हा नसतात, तेव्हा आयुष्य कसे असते. आपण मूलभूत गोष्टींकडे पुन्हा वळत आहोत.

*शुभ गुढीपाडवा!* एक गोष्ट आहे जी तुम्ही समजून घ्यावी व तिचा अंगीकार करावा अशी माझी इच्छा आहे. जगातील या असामान्य वेळी, तुम्ही इतरांना अधिक प्रेम दिलेच पाहिजे. तुम्ही आणखीन सन्मान दिलाच पाहिजे. 'सोशल डिस्टन्सिंग' म्हणजे सामाजिक अंतर राखणे, हे शब्द जे फार प्रसिद्ध झाले आहेत, ते असा संकेत देत नाहीत की, तुम्ही मानवतेचा त्याग करावा. त्यांचा अर्थ असा नाही की, तुमच्या आईवडलांनी तुम्हाला ज्या चांगल्या गोष्टी शिकवल्या किंवा ज्या अद्‌भुत गोष्टी तुम्ही तुमच्या श्रीगुरूंकडून शिकलात त्या सगळ्या गोष्टी तुम्ही सोडून द्याव्यात. त्यांचा अर्थ असा नाही की, तुम्हाला ज्या उत्तम गोष्टी प्राप्त झाल्या आहेत, आणि दारुण दुःखांना व विपत्तींना सामोरे गेल्यामुळे तुम्ही जे धडे घेतले आहेत, ते सर्वकाही तुम्ही विसरून जावे.

*शुभ गुढीपाडवा!* भारतीय शास्त्रग्रंथ शिकवतात की, भले ही तुम्ही या जगतात आहात, परंतु तुम्ही या जगताचे नाही. ही एक सुंदर शिकवण आहे. हिच्या अर्थाचे अध्ययन करा, कारण ही शिकवण आत्ता आधीपेक्षा जास्त महत्त्वपूर्ण आहे.

***

*शुभ गुढीपाडवा!* आजचा दिवस वर्षातील साडेतीन शुभ मुहूर्तांपैकी एक आहे. सिद्धयोग मार्गावर, आपण असे मानतो की, मांगल्य हे प्रत्येक समयी आणि सर्वस्थानी व्याप्त आहे. ते आत्ता, या असामान्य समयी व्याप्त आहे, जेव्हा स्वच्छता हाच एकमेव मार्ग आहे ज्यायोगे या जगाला झाकोळून टाकणाऱ्या काळ्या छायेला दूर करता येऊ शकते. बाहेर जेव्हा एखादे संकट उभे राहते, तेव्हा लोक ज्या प्रकारे वागतात, ते पाहणे नेहमीच रोचक असते. काही लोक त्या संकटाची इतकी धास्ती घेतात की, संकट येण्याआधीच ते खचून जातात. काही लोक त्या संकटाकडे इतक्या बेफिकिरीने पाहतात की, परिस्थिती हाताबाहेर जाते, कारण ते त्या गोष्टींचे पालन करण्यास नकार देतात ज्या विवेकपूर्ण आहेत. एकीकडे, असे लोक असतात ज्यांना अत्यधिक दडपण येते. दुसरीकडे, असे लोक असतात जे बेपर्वाईने वागतात. एखाद्या रोगावर मात करण्यासाठी, यातील कोणताही मार्ग यथोचित नाही.

*शुभ गुढीपाडवा!* सिद्धयोग मार्गावर, मी लोकांना स्वच्छता राखण्याबद्दल फार दृढपणे सांगत आले आहे. गत वर्षांमध्ये मी गुरुदेव सिद्धपीठाच्या, श्री मुक्तानंद आश्रमाच्या तसेच टीचिंग्स् यात्रेच्या व्यवस्थापकांना हे सुनिश्चित करावयास सांगितले आहे की, प्रत्येकाने स्वच्छतेबद्दल जागरूक राहावे. यात्रांदरम्यानसुद्धा, यात्रेच्या स्टाफचा मुक्काम ज्या हॉटेल्स्‌मध्ये असायचा ती ठिकाणे त्यांनी निघण्याआधी स्वच्छ करण्याविषयी मी फार शिस्तप्रिय होते. मुक्कामाची आणि न्याहारीचे स्थाने जिथे आम्ही राहिलो, लोकांची घरे जिथे आम्ही राहिलो—सर्वकाही अगदी स्वच्छ असायला हवे. हा नियमच होता. ज्या ठिकाणी यात्रेचे स्टाफ-सदस्य राहिले ते ठिकाण त्यांच्या येण्याआधी जसे होते त्यापेक्षा अधिक नीटनेटके करून मगच सगळ्यांनी तेथून प्रस्थान करावे असे अपेक्षित होते. अनेकदा यात्रेचे स्टाफ-सदस्य फार वैतागून जायचे, कारण जेव्हा ते हॉटेल्स्‌मध्ये पोहोचायचे, तेव्हा तिथे फार अस्वच्छता असायची. मी त्यांना म्हणायचे, “ठीक आहे. *तुम्ही* ते स्वच्छ करा.” तेव्हा, तुम्ही ज्या ठिकाणी जाता ते पूर्वीपेक्षा अधिक स्वच्छ, टापटीप करूनच तिथून निघा.

*शुभ गुढीपाडवा!* तुम्हाला आपले जीवन कसे जगायचे आहे, याची निवड तुम्ही करायची आहे. तुम्ही शिकवणींचा अंगीकार करू शकता आणि ज्या गोष्टी करणे गरजेचे आहे त्या तुम्ही गोडव्यासह, शालीनतेसह, दयाळूपणाने, प्रेमाने करू शकता. किंवा तुम्ही आपले जीवन कसे जगले पाहिजे हे तुमच्या सरकारने तुम्हाला सांगण्याची तुम्ही वाट बघू शकता, आणि मग नाखुशीने ते करू शकता. तेव्हा, निवड तुमची आहे. तुम्ही गोडव्याने हे करू शकता, कारण ही तुमच्या श्रीगुरूंची शिकवण आहे, किंवा तुम्ही ते नाखुशीने करू शकता, कारण तुमचे सरकार—ज्याच्याशी तुमचे आवडीचे-नावडीचे नाते आहे—तसे करण्याचा तुम्हाला आदेश देते आहे.

*शुभ गुढीपाडवा!* हे पाहा, आपल्या सगळ्यांवर परिणाम होतो. आपल्याला जे मानवशरीर लाभले आहे ते अत्यंत नाजूक आहे. खेळाडू आणि अभिनेते त्यांच्या शरीराचा वापर ज्या पद्धतीने करतात, ते पाहून मी नेहमीच प्रभावित होते. मला नेहमी याचे आश्चर्य वाटते की, ते त्यांची हाडे शाबूत कशी ठेवू शकतात. आणि त्यांना असे वाटू शकते की, ते किती दणकट आहेत, की ते अजिंक्य आहेत. तथापि, खरी गोष्ट ही आहे की, आपल्या सगळ्यांची शरीरे फार संवेदनशील आहेत. शारीरिक बळ असणे म्हणजे खरे बळ नव्हे.

*शुभ गुढीपाडवा!* याच कारणास्तव, सिद्धयोग मार्गावर, मी नेहमी शिकवत असते : "अंतरातून बळकट बना." महत्त्व असते ते तुमच्या आत्म्याच्या बळाचे, तुमच्या मनाच्या बळाचे, तुमच्या अवचेतन मनाच्या बळाचे. तुम्हाला तुमच्या अंतरी जे बळ आणि साहस जाणवते, जे बळ आणि साहस तुम्ही अंतरी धारण केले आहेत, तेच तुम्हाला पार नेतात. केवळ शारीरिक बळ तुम्हाला शक्ती देत नाही. आंतरिक बळच मोलाचे असते.

*शुभ गुढीपाडवा!* तेव्हा, गुढीपाडव्याप्रीत्यर्थ होणाऱ्या या सत्संगात, भगवान नित्यानंदांच्या, एका परमतेजोमय महात्म्याच्या सान्निध्यात आपण 'विठ्ठले, विठ्ठले, विठ्ठले, विठ्ठले, जय जय विठ्ठले, जय जय विठ्ठले', हे संकीर्तन करू या. भगवंताच्या या महान नावाचे जेव्हा तुम्ही उच्चारण कराल, तेव्हा असे मानसचित्रण करा की तुमच्या शरीरातील कणन्‌कण भगवन्नामाच्या तेजाने प्रकाशमान होतो आहे.

'विठ्ठले'. तुम्हाला यातील जोर जाणवतो का? तो जोर *असायला हवा.*

'विठ्ठले. जय जय'. हे अनुभवा.

'जय जय.' जेव्हा तुम्ही असे म्हणता, तेव्हा ते चमचमते.

'जय जय. जय जय. विठ्ठले. विठ्ठले.' तुमच्या जीभेतील शक्तीचा उपयोग करा.

'विठ्ठले.' या आवाजाचा प्रतिध्वनी दुमदुमण्यासाठी तुमच्या टाळूचा वापर करा.

'विठ्ठले. जय जय. जय जय.' प्रकाश चमचमतो आहे.

'विठ्ठले.' प्रकाशाचा विस्फोट होतो आहे.

माधुर्याचा विस्फोट होऊ द्या. भलेपणाचा विस्फोट होऊ द्या. प्रकाशाचा विस्फोट होऊ द्या.

***

*“मंदिरात राहा” या थेट व्हीडिओ प्रक्षेपण सत्संगात, संकीर्तन व आरतीनंतर, श्रीगुरुमाईंनी पुन्हा शिकवणी प्रदान केल्या.*

मंगलमय दिवस—गुढीपाडवा.
नामसंकीर्तनाचे वैभव.
आरतीची प्रभा.

‘विठ्ठले, विठ्ठले’चा तुमचा अनुभव आठवा.
हृदयाचे स्पंदन, ‘विठ्ठले’.

आरतीचे शुद्धीकारक स्वरूप आठवा.
प्रभा, प्रकाश.

*शुभ गुढीपाडवा!* अध्यात्माविषयीचे ज्ञानच तुमच्या अस्तित्वातील प्रत्येक पेशीला जागृत करते. मग तुम्हाला ‘आत्मा की प्रशान्ति’चा अनुभव येतो. मी तुम्हाला सांगू इच्छिते की, ‘आत्मा की प्रशान्ति’चा अनुभव मनाच्या जडत्वातून उदित होणार नाही, तर तिचा उदय अशा मनातून होईल जे महान आध्यात्मिक शिकवणींद्वारे शुद्ध झाले आहे.

*शुभ गुढीपाडवा!* स्मरणात ठेवा : मी नेहमी तुम्हाला सजग राहायला सांगते. एका विशिष्ट क्षणी काय आवश्यक आहे हे जाणणे, सजग राहून कार्य करणे ही एक कला आहे. तुम्ही जर अशा एका दिवसाची किंवा अशा एका रात्रीची वाट पाहत होतात, की जेव्हा तुम्ही एक आणखी चांगली व्यक्ती बनाल—आणि कोणतीही कारणे न देता तसे बनाल—तर तो दिवस आला आहे. ती रात्र आली आहे.

*शुभ गुढीपाडवा!* कोणीही असे वागू नये की, त्याला काहीच माहित नाही. तुम्हाला माहित *आहे.* म्हणून, मी प्रत्येक स्टाफ-सदस्याला सांगते आहे, मी प्रत्येक सिद्धयोग्याला सांगते आहे, मी प्रत्येक साधकाला सांगते आहे की, कृपा करून तुम्ही हे लक्षात घ्यावे की, तुम्ही जबाबदार होण्याचा तो दिवस आला आहे, ती रात्र आली आहे. होय. हीच ती वेळ आहे, जबाबदार बनण्याची. तुम्ही जर एखाद्या ठिकाणी आहात, तर तुम्हाला हे माहित असायला हवे की, तुम्ही त्या ठिकाणी का आहात. तुम्ही जर एखाद्यासोबत आहात, तर तुम्हाला हे माहित असायला हवे की तुम्ही त्याच्यासोबत का आहात. तुमच्यावर जर एखादी जबाबदारी आहे, तर तुम्हाला हे माहित असायला हवे की ती जबाबदारी तुमची

का आहे. बरोबर? तुम्ही बुद्धीशाली आहात. तुमच्यात जाणण्याची क्षमता आहे. तुमच्यात प्रश्न विचारण्याची शक्ती आहे. तुम्ही काही एखादा मूर्ख प्राणी नाही आहात की, जो अमक्यातमक्याच्या म्हणण्याप्रमाणे वागतो. तुम्ही स्वतःच्या आंतरिक शक्तीचा उपयोग केलाच पाहिजे. तुम्ही स्वतःच्या अंतरी प्रज्वलित असलेली मशाल हाती घेतलीच पाहिजे जिच्या साहाय्याने तुम्ही तुमच्यासमोर असलेला मार्ग प्रकाशित करू शकाल. आणि जर दुसऱ्या एखाद्याला तुमच्या प्रकाशाची गरज असेल, तर तुम्ही त्याला तुमचा प्रकाश देऊ शकता.

***

*शुभ गुढीपाडवा!* त्या दिवशी “मंदिरात राहा” या वैश्विक हॉलमधील एका सत्संगात मी देवदूतसदृश बनण्याविषयी सांगितले—स्वतःला वारंवार याचे स्मरण करवून देत राहणे की, देवदूतसदृश बनण्यासाठी जे गुण आवश्यक आहेत त्यांचा विकास करण्याविषयी मी सांगितले. आणि याला मूर्तरूप कसे द्यायचे, हे तुमच्या जीवनात कसे उतरवायचे याचा निर्णय मी तुमच्यावर सोडून दिला होता.

*शुभ गुढीपाडवा!* मी असे म्हणाले नव्हते, “देवदूत बना,” कारण याचा जो अर्थ आहे, तो विवादास्पद आहे. देवदूत बनणे म्हणजे काय? कधीकधी तुम्ही एखाद्याकडे पाहून स्मित करता आणि ते म्हणतात, “ओह, तू तर एक देवदूतच आहेस.” इतर वेळी, त्यांच्याकडे पाहून तुम्ही कितीही स्मित केले, तरी त्यांना असे वाटत नाही की तुम्ही देवदूत आहात.

*शुभ गुढीपाडवा!* म्हणून, मी म्हणते आहे की देवदूतसदृश वृत्तीचा विकास करा. असे केल्याने, इतर लोक तुम्हाला देवदूत मानोत वा न मानोत, स्वतःच्या अंतरी देवदूतसदृश गुणांची अनुभूती करण्याची संधी तुमच्यापाशी असते. कालांतराने, हे गुण तुमच्यात वृद्धिंगत होतील आणि मग तुम्ही इतरांशी जसे वागाल त्याचे ते लोक कौतुक करतील.

*शुभ गुढीपाडवा!* देवदूतसदृश कृत्ये करण्यासाठी मार्ग शोधा. आत्मविश्वासाने, दृढ विश्वासाने आणि स्पष्टतेने कर्मे करा. आत्मविश्वासपूर्ण व्यक्ती बनण्यासाठी तुम्ही स्वतःवर कार्य केले पाहिजे. असे केल्याने, तुमच्या कृत्यांना स्वाभाविकपणे देवदूतसदृश झळाळी येईल. दृढ विश्वास असण्यासाठी, पुन्हा एकदा तुम्ही स्वतःशी झुंजले पाहिजे, आणि मग स्वतःच्या कर्मांमध्ये तुम्ही डगमगणार नाही. त्यांमध्ये ताकद असेल. स्पष्टता असण्याकरिता, तुम्ही तोलूनमापून विचार केला पाहिजे व निर्णय घेतले पाहिजेत, असे केल्याने, तुम्ही जेव्हा तुमचे कर्म कराल तेव्हा आपोआपच सपष्टता येते. पाहत आहात ना, देवदूतसदृश कृती करण्याचे मार्ग शोधल्याने तुमचे जीवन आपसूकच सुव्यवस्थित होते. तुम्ही स्वतःशी

संवाद साधू लागता, आणि तुम्ही स्वतःसमवेत राहू लागता.

*शुभ गुढीपाडवा!* प्रत्येकाने हे जाणून घ्यायलाच हवे की, देवदूतसदृश वृत्तीचा विकास करणे, याचा तुमच्यासाठी काय अर्थ आहे. तुम्हाला ठाऊकच आहे की, लोकांची आपापली मते असतात. तुम्ही जे बोलता आणि तुम्ही जे करता त्याबद्दल लोक आपापल्या मतांप्रमाणे अर्थ लावतील. तुमच्यात जर आत्मविश्वास, दृढ विश्वास आणि स्पष्टता नसेल तर तुम्ही वादळी समुद्रातील, शिडे नसलेल्या नावेप्रमाणे इकडेतिकडे भिरकावले जाल. म्हणून, तुम्ही स्वतःची देवदूतसदृश वृत्ती खरोखरच अनुभवली पाहिजे. तुम्ही जर ती अनुभवली नाही, तर तुम्हाला स्वतःच्या आत्म्याचा अनुभव होत नाही. तुम्ही जर तुमच्या आत्म्याची अनुभूती केली नाही, तर तुमचा स्वतःच्या आत्म्यावर विश्वास बसणार नाही. हे मी जितक्या वेळा सांगेन तितके ते कमीच असेल की, तुम्ही स्वतःचा आंतरिक चांगुलपणा अनुभवलाच पाहिजे.

*शुभ गुढीपाडवा!* वैश्विक हॉलमधील तुम्ही सर्वांनी सजग असायला हवे. तुम्ही सतर्क असायला हवे. तुम्ही सचेत असायला हवे. भारतीय शास्त्रग्रंथ मायेविषयी, भगवंताच्या महामायेविषयी सांगतात. मायेचे हे आवरण फाडून काढणे म्हणजेच साधना होय. कधीकधी आपले अभ्यास करताना तुम्हाला त्रास जाणवू शकतो. तुमचे गुढघे दुखतील, तुमचे खांदे दुखतील, सगळेकाही दुखेल. असे जेव्हा होते, तेव्हा तुम्हाला माहित असते की, काय केले पाहिजे. तुम्ही तुमच्या शरीराची मुद्रा पुन्हा व्यवस्थित करता. तुम्ही तुमचे आसन पुन्हा व्यवस्थित करता. तुम्ही तुमची श्वसनक्रिया पुन्हा व्यवस्थित करता. ज्या पद्धतीने तुम्ही स्वाध्यायाचे पुस्तक हातात धरले आहे, ते तुम्ही पुन्हा व्यवस्थित धरता. साधनेमध्ये तुम्हाला माहित असते की, पुन्हा व्यवस्थित कसे करावे जेणेकरून तुम्ही हे सुनिश्चित करू शकाल की तुमचा अभ्यास तुमच्याकरिता सहज आहे, कारण तुम्हाला हे माहित आहे की, साधनेमध्ये स्वतःला पूर्णपणे दिल्याने आणि तीव्र एकाग्रता बाळगल्याने तुम्हाला स्वाध्यायाच्या शक्तीचा अनुभव हजारपटीने अधिक होतो. तुम्हाला माहित असते की, त्यासमवेत कसे टिकून राहावे.

*शुभ गुढीपाडवा!* त्याचप्रमाणे, जीवनात तुम्ही बदल केले पाहिजेत, गोष्टी पुन्हा व्यवस्थित केल्या पाहिजेत. आत्ताच ती वेळ आहे, हे बदल करण्याची, गोष्टींना पुन्हा व्यवस्थित करण्याची. एखादे मधुर संगीतच नेहमी तुम्हाला जागे करेल असे नाही. तुम्हाला माहितच आहे, या विस्तीर्ण जगात सध्या सगळेकाही फार वेगळे आहे. प्रत्येक पिढी आपापल्या पद्धतीने एका प्रचंड परिवर्तनाला सामोरी जाते आणि प्रत्येक पिढी आयुष्य जगण्यासाठी लागणाऱ्या नव्या जीवनशैलींच्या मागण्यांनुसार स्वतःमध्ये बदल घडवते.

*शुभ गुढीपाडवा!* काळ्या ढगांमध्ये चंदेरी किनारी शोधू नका. मला यावर भर द्यायचा आहे. तुम्हाला हे माहित आहे की, काळे ढग असतील तरच चंदेरी किनारी दिसू शकतात. त्या ढगांच्या मागे सूर्य सदैव विद्यमान असतोच. तुम्ही जर चंदेरी किनारींच्याच मागे धावत राहिलात, तर मग तुम्ही सूर्यप्रकाशाचा अनुभव केव्हा घेणार? तेव्हा चंदेरी किनारी शोधण्यात आपली ऊर्जा घालवू नका. हे सुनिश्चित करण्यात तुमची ऊर्जा घालवा की, तुमचे आकाश निळे आहे. तुमचे आकाश निरभ्र आहे. तुमचे आकाश चमचमते आहे.

तुमच्याशी बोलायला मला फार आवडते. मी असेच बोलत राहू शकते, बोलत राहू शकते, आणि बोलत राहू शकते. आपण निश्चितच एक सत्संग सप्ताह करू शकतो. परंतु, हेदेखील महत्त्वाचे आहे की, तुमच्याकडे आत्मसात् करण्याकरिता वेळ असावा.

म्हणून या वाक्यांशांसह मी तुमचा निरोप घेते :

स्वतःसोबत राहा.
स्वतःशी दयाळू राहा.
मंदिरात राहा.
इतरांशी आदरभावाने राहा.

© २०२० एस. वाय. डी. ए. फाउंडेशन®. सर्वाधिकार सुरक्षित.